

عباس گلستانی لیدرشیپ کوچینگ؛

کوچینگ، پلتفرمی تحول آفرین برای کشف پتانسیل‌های پنهان و جهش خودآگاه

کوچینگ مانع از آن می‌شود که مدیران در تله روزمرگی و جزئیات عملیاتی گرفتار شوند؛ در عوض تمرکز استراتژیک آن‌ها را بر توسعه پایدار، خلق ارزش و افزایش سودآوری معطوف می‌سازد.

به گزارش خبرنگاران گروه زندگی و سرگرمی گزارش خبر، عباس گلستانی دکترای مشاوره حوزه توسعه فردی و کوچینگ در یادداشتی با عنوان "کوچینگ، پلتفرمی تحول آفرین برای کشف پتانسیل‌های پنهان و جهش خودآگاهی" -ورده است:

در دنیای پرسرعت، پیچیده و پرچالش امروز، دستیابی به موفقیت پایدار و حفظ تعادل در ابعاد مختلف زندگی، دیگر تنها با اتکا به دانش سنتی یا آزمون و خطا امکان‌پذیر نیست؛ بلکه نیازمند آگاهی عمیق، شفافیت در تصمیم‌گیری و اقدام هدفمند است. در این میان، کوچینگ نه تنها یک ابزار هدایتی یا مشاوره ساده، بلکه پلتفرمی تحول آفرین و فرایندی تعاملی است که مسیر حرکت از وضعیت موجود به وضعیت مطلوب را هموار و کوتاه‌تر می‌کند.

۱. توسعه فردی؛ کشف پتانسیل‌های پنهان و خودآگاهی

در حوزه توسعه فردی، کوچینگ تسهیل‌گری برای آشکارسازی پتانسیل‌های مغفول‌مانده درون انسان است. افراد غالباً تحت تأثیر فیلترهای ذهنی و تجربه زیسته خود، با موانعی ناخواسته روبه‌رو می‌شوند. یک کوچ حرفه‌ای بدون قضاوت و با طرح پرسش‌های عمیق، قدرتمند و چالش‌برانگیز، به فرد کمک می‌کند تا:

باورهای محدودکننده و رفتارهای خودویرانگر را در ذهن خود شناسایی کند.
اهداف واقعی، ارزش‌های بنیادی و رسالت شخصی‌اش را شفاف‌سازی نماید.
یک نقشه راه ملموس، زمان‌بندی‌شده و قابل ارزیابی برای رسیدن به اهداف طراحی کند.
نتیجه مستقیم این فرایند عمیق، جهش در میزان خودآگاهی، تقویت اعتمادبه‌نفس واقعی و از همه مهم‌تر، ایجاد مسئولیت‌پذیری شخصی (Accountability) در قبال تصمیم‌ها، اقدام‌ها و حتی ناکامی‌هاست.

۲. ارتقای کسب‌وکار؛ شفافیت استراتژیک و رهبری هوشمندانه

در فضای رقابتی و متلاطم تجارت مدرن، تصمیم‌گیری‌های کلیدی، هدایت نیروی انسانی و مدیریت بحران‌ها بیش از هر زمان دیگری نیازمند تفکر استراتژیک است. کوچینگ کسب‌وکار (Business Coaching) به صاحبان سرمایه، مدیران ارشد و کارآفرینان ابزاری می‌دهد تا از چشم‌انداز بیرون به سازمان خود بنگرند. کوچینگ در حوزه کسب‌وکار وظایف زیر را به سرانجام می‌رساند:

شفاف‌سازی چشم‌انداز: تبدیل اهداف مبهم سازمانی به شاخص‌های کلیدی عملکرد (KPI) و اهداف قابل اندازه‌گیری.

توسعه مهارت‌های رهبری: بهبود رفتارهای ارتباطی، هوش هیجانی، تفویض اختیار و هوشمندی در مدیریت بحران.

افزایش بهره‌وری سازمانی: خلق فرهنگ مسئولیت‌پذیری در میان تیم‌ها و ارتقای انگیزه کارکنان.

کوچینگ مانع از آن می‌شود که مدیران در تله روزمرگی و جزئیات عملیاتی گرفتار شوند؛ در عوض تمرکز استراتژیک آن‌ها را بر توسعه پایدار، خلق ارزش و افزایش سودآوری معطوف می‌سازد.

۳. کیفیت زندگی؛ ایجاد تعادل و خشنودی درونی

از سوی دیگر، دستیابی به موفقیت‌های شغلی و مالی بدون تجربه رضایت خاطر و سلامت روانی، مفهوم چشمگیری نخواهد داشت. کوچینگ زندگی (Life Coaching) به افراد یاد می‌دهد که چگونه میان ابعاد مختلف زندگی یعنی کار، سلامت جسمی و روانی، روابط عاطفی و اجتماعی، و زمان‌های فراغت، تعادلی پویا و پایدار برقرار کنند.

فرد با کمک کوچینگ یاد می‌گیرد که استرس‌های روزمره را مدیریت کند، مهارت مدیریت زمان و اولویت‌بندی را به کار گیرد و کیفیت روابط بین‌فردی خود را ارتقا دهد. این امر مستقیماً کیفیت عمومی زندگی را بالا برده و حس معنا، شادکامی و خشنودی درونی را در فرد بازسازی می‌کند.

در نهایت، کوچینگ یک میان‌بر هوشمندانه و کاتالیزور قدرتمند برای تبدیل پتانسیل‌های بالقوه به دستاوردهای بالفعل است. سرمایه‌گذاری بر روی فرایند کوچینگ؛ چه در ابعاد شخصی و چه در ساختار کسب‌وکار؛ سرمایه‌گذاری روی مهم‌ترین دارایی یعنی انسان است؛ گامی استراتژیک و روشن که مسیر خلق زندگی کارآمدتر، متوازن‌تر، باکیفیت‌تر و در نهایت موفق‌تر را هموار می‌سازد.

عباس گلستانی / دکترای مشاوره

Post DBA لیدرشیپ کوچینگ

آدرس سایت: www.drabbasgolestani.com